

ZDRAVÍ A NEMOC

Definice,
základní
pojmy

Definice zdraví



- Zdraví je stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody, a ne jen pouhá nepřítomnost nemoci či slabosti. (WHO, 1948)
- Zdraví je schopnost vést sociální a ekonomicky produktivní život. (WHO, 1977)
- Zdraví vymezuje jako ideální stav, neumožňuje však objektivní měření zdraví. (WHO)
- WHO v roce 2001 doplňuje definici zdraví o snížení úmrtnosti, nemocnosti a postižení v důsledku zjištěných nemocí a nárůst pocíťované úrovně zdraví.

Význam zdraví a nemoci

- Lidský život a zdraví představují nevyčíslitelnou a nenahraditelnou hodnotu. Mimo to však lidský život i zdraví představují pro jedince i pro společnost hodnotu ekonomickou.
- Náklady vynaložené na péči o zdraví včetně nákladů na zdravotnictví jsou prakticky i nepřímou investicí do tvorby nového bohatství státu i do celkového vývoje společnosti.
- Zdraví celé společnosti přispívá k pocitu životní pohody lidí, ke kvalitě jejich života, ke schopnosti práce i prodloužení aktivního života.

WHO (= World Health Organization) „SVĚTOVÁ ZDRAVOTNICKÁ ORGANIZACE“

- Od svého vzniku v roce 1948 podporuje Světová zdravotnická organizace mezinárodní technickou spolupráci v oblasti zdravotnictví, realizuje programy na potírání a úplné odstranění některých nemocí a usiluje o celkové zlepšení kvality lidského života.
- Cílem činnosti organizace je dosažení co nejlepšího zdraví pro všechny.
- WHO má v ČR své zastoupení, kancelář sídlí v Praze



SLOŽKY ZDRAVÍ

- Tělesné zdraví
- Duševní zdraví
- Sociální zdraví
- Duchovní zdraví

CO PŮSOBÍ NA ZDRAVÍ

- zdraví je ovlivňováno celou škálou **vnějších** a **vnitřních** faktorů, které působí samostatně nebo společně, vzájemně se posilují či oslabují nebo ruší. Společně určují zdravotní stav, pocit pohody a spokojenosti a také délku a kvalitu života.
- **vnitřní vlivy** – neovlivnitelné
 - genetický základ
 - vrozené dispozice
 - věk
 - pohlaví
- **vnější vlivy** – ovlivnitelné
 - životní styl
 - životní prostředí
 - lékařská péče



FAKTORY ZDRAVÍ

- faktory životního stylu (50 – 70 %)
- úroveň zdravotnictví, lék. péče (20 %)
- životní prostředí (10 – 20 %)
- dědičnost (5 – 10 %)

PRVKY ŽIVOTNÍHO STYLU

- výživa (výživové chování)
- pohybová aktivita
- kouření (aktivní i pasivní)
- konzumace alkoholu (alkoholismus)
- stres, psychosociální faktory
- sexuální chování
- konzumace návykových látek
- hygienické návyky (vztah k infekčním chorobám)
- práce a pracovní podmínky
- relaxace, odpočinek

FAKTORY ŽIVOTNÍHO STYLU

- **rizikové faktory (ohrožující)**
 - vliv, který zvyšuje riziko určitého onemocnění, zvyšuje pravděpodobnost, že člověk po určité době působení onemocní
- **ochranné faktory**
 - snižuje pravděpodobnost vzniku určitého onemocnění, do jisté míry chrání před onemocněním, zvyšuje odolnost organismu